

Communications Team

401 Fifth Avenue South, Suite 1300
Seattle, WA 98104-1818
206-296-4600 Fax 206-296-0166
TTY Relay: 711
www.kingcounty.gov/health

Public Health 
Seattle & King County**كيفية الاعتناء بشخص يعاني من الأنفلونزا****الراحة وتناول السوائل والملاحظة**

- الراحة مهمة جداً. يجب الحرص على توفير الراحة التامة للمريض قدر المستطاع.

احرص على تناول المريض للسوائل.

- قدم للشخص المريض كميات بسيطة من بشكل متكرر حتى لو لم يعاني من العطش.
- لاحظ ظهور علامات الجفاف. من علامات الجفاف على المريض، شعوره بالضعف وعدم الاستجابة وقلة كمية البول.
- راجع جزء "قسم السوائل والتغذية" بالأسفل لتحصل على معلومات بخصوص ما يجب فعله إذا تقيأ المريض.

لاحظ المضاعفات. اتصل بالطبيب في الحال إذا ما عانى المريض من:

- صعوبة التنفس أو سرعة التنفس
- زرقة الجلد أو الشفتين
- بدء السعال مع خروج دم
- شكوى من الشعور بألم أو الشعور بضغط على الصدر
- ظهور علامات الجفاف مع عدم القرفة على تناول السوائل
- اضطراب المريض وعدم استجابته بشكل مناسب
- تشنجات
- سوء الحالة بعد ظهور بعض التحسن
- إذا ما كان المريض وليداً يبلغ من العمر أقل من شهرين ويعاني من الحمى وسوء التغذية وقلة مرات التبول عن ثلات مرات يومياً أو أي علامات أخرى للمرض

العلاج

- استخدم إيبوبروفين أو أسيتامينوفين أو غيره من أدوية الحمى واحتقان الحلق والشعور بالتعب العام.
- لا تستخدم الأسيبرين في علاج الأطفال أو المراهقين الذين يعانون من الأنفلونزا لأنه قد يسبب متزامنة راي، وهو مرض يسبب الوفاة.

السوائل والتغذية

- إذا لم يتناول المريض الطعام المتماسك، يجب أن تعطه السوائل التي تحتوي على السكر والملح مثل الحساء أو مشروبات الطاقة (على أن تكون مخففة بنسبة النصف بالماء) والصودا لكن لا تعطه مشروبات الحمية.
- إذا ما تقيأ المريض، لا تعطه أي سوائل أو طعام لمدة لا تقل عن ساعة على الأقل. ثم امنحه سائلاً صافياً ليشربه بحسب قليلة جداً. دع معدة المريض لترتاح بعد كل نوبة قيء لمدة ساعة ثم امنحه المزيد من السوائل.
- إذا ما كان المريض رضيعاً ويتقيأ، يمكن الاستمرار في إرضاعه لكن مع إرضاعه كميات أقل من العادة.

للاطلاع على المزيد من المعلومات، يُرجى زيارة الموقع: www.kingcounty.gov/health